

Утверждено приказом
заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка –
детский сад №50 «Непоседа»
№ 240 от 31.08.2026 г.

Режим дня на холодный период
1 группа раннего возраста «Веселые нотки»

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	6.30-8.00
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40
Самостоятельная деятельность	8.40-8.50
Занятия в игровой форме по подгруппам	8.50-9.20
Игры, самостоятельная деятельность	9.20-9.37
2 завтрак	9.37-9.47
Подготовка к прогулке, прогулка	9.47-11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.10-11.30
Обед	11.35-11.55
Подготовка ко сну, чтение перед сном	11.55-12.00
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.10
Полдник	15.10-15.25
Занятия в игровой форме по подгруппам	15.25-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-16.50
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин	16.50-17.10
Самостоятельная деятельность, игры, прогулка, уход домой	17.10-18.30
<i>Прогулка дома</i>	18.30-19.30

Режим дня на холодный период
2 группа раннего возраста «Колокольчики»

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием детей, самостоятельная деятельность	6.30-8.00
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40
Самостоятельная деятельность	8.40-8.45
Занятия в игровой форме по подгруппам	8.45-9.20
Игры, самостоятельная деятельность	9.20-9.37
2 завтрак	9.37-9.47
Подготовка к прогулке, прогулка	9.47-11.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.10-11.30
Обед	11.35-11.55
Подготовка ко сну, чтение перед сном	11.55-12.00
Дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.10
Полдник	15.15-15.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-16.50
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин	16.50-17.10
Самостоятельная деятельность, игры, прогулка, уход домой	17.10-18.30
<i>Прогулка дома</i>	18.30-19.30

**Режим дня на холодный период
младшая группа «Сказка»**

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры	6.30-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.35
Игры, самостоятельная деятельность	8.35-8.50
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	8.50-9.45
2 завтрак	9.45-9.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	9.50-11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20-11.50
Обед	11.50-12.10
Подготовка ко сну, чтение перед сном	12.10-12.30
Дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, профилактические физкультурно–оздоровительные процедуры	15.00-15.15
Полдник	15.15-15.25
Подготовка к прогулке, прогулка	15.25-16.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину	16.30-16.50
Ужин	16.50-17.05
Самостоятельная деятельность, игры, прогулка, уход домой	17.05 -18.30
<i>Прогулка дома</i>	18.30-19.30

**Режим дня на холодный период
средняя группа «Песенка»**

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры	6.30-7.40
Утренняя гимнастика, дежурство, самостоятельная деятельность	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.05
2 завтрак	9.50-9.55
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	10.05-11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.45-12.00
Обед	12.00-12.20
Подготовка ко сну, чтение перед сном	12.20-12.40
Дневной сон	12.40-15.10
Постепенный подъем, профилактические физкультурно–оздоровительные процедуры	15.10-15.20
Полдник	15.20-15.30
Самостоятельная деятельность детей, игры	15.30-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка	15.50-16.40
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.40-16.55
Ужин	16.55-17.10
Самостоятельная деятельность, игры, прогулка, уход домой	17.10-18.30
<i>Прогулка дома</i>	18.30-19.30

Утверждено приказом
заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка –
детский сад №50 «Непоседа»
№240 от 31.08.2026 г.

**Режим дня на холодный период
старшая группа «Почемучки»**

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры	6.30-8.00
Утренняя гимнастика, дежурство, самостоятельная деятельность	8.00-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-8.50
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	8.55-10.40
2 завтрак	9.50-9.55
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.00-12.10
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, чтение перед сном	12.30-12.40
Дневной сон	12.40-15.10
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.10-15.20
Полдник	15.20-15.30
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	15.30-15.55
Подготовка к прогулке, прогулка	15.55 -16.50
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.50-17.00
Ужин	17.00-17.20
Самостоятельная деятельность, прогулка, уход домой	17.20-18.30
<i>Прогулка дома</i>	18.30-19.30

**Режим дня на холодный период
старшая группа «Затейники»**

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры	6.30-8.00
Утренняя гимнастика, дежурство, самостоятельная деятельность	8.00-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-8.50
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	8.55-10.40
2 завтрак	9.50-9.55
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.00-12.10
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, чтение перед сном	12.30-12.40
Дневной сон	12.40-15.10
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.10-15.20
Полдник	15.20-15.30
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	15.30-15.55
Подготовка к прогулке, прогулка	15.55 -16.50
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.50-17.00
Ужин	17.00-17.20
Самостоятельная деятельность, прогулка, уход домой	17.20-18.30
<i>Прогулка дома</i>	18.30-19.30

Режим дня на холодный период
подготовительная к школе группа «Цветик-семицветик»

<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.00-7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием, осмотр, игры	6.30-8.10
Утренняя гимнастика, дежурство	8.20-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.50
2 завтрак	9.50-9.55
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10-12.20
Обед	12.20-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.10-15.20
Полдник	15.25-15.35
Самостоятельная деятельность, игры	15.35-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20-16.50
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.50-17.00
Ужин	17.00-17.15
Самостоятельная деятельность, прогулка, уход домой	17.15-18.30
<i>Прогулка дома</i>	18.30-20.15